13.047 Švajčiarsky tofu rezeň
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
syr tofu údený			7,00	7,00	8,00	8,00	9,00	9,00
šunka			1,00	1,00	1,20	1,20	1,50	1,50
syr tvrdý			1,00	1,00	1,20	1,20	1,50	1,50
múka hladká			0,60	0,60	0,70	0,70	0,80	0,80
mlieko			1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00
vajcia			18	0,90	20	1,00	22	1,10
strúhanka			1,50	1,50	2,00	2,00	2,50	2,50
olej			3,00	3,00	3,30	3,30	3,50	3,50
hmotnosť porcie v g			110		130		150	

Receptúra

Výrobný postup

Syr tofu nakrájame na plátky. Na každý plátok položíme plátok šunky a syra. Obalíme v múke, namočíme do rozšľahaných vajec s mliekom a obalíme v strúhanke. Vyprážame v horúcom oleji.
Prílohy: varené zemiaky, zemiaková kaša, zeleninové šaláty, kompót.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	Vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	Mg	mg	mg
A														
B	1711	411	7,96	34,7	18,4	16,7	0,7	120,6	0,7	0,048	0,1	0,1	0,1	0,9
C	1961	471	9,56	38,6	20,2	21,4	0,9	142,7	0,8	0,055	0,1	0,1	0,1	1,1
D	2196	527	11,60	41,8	21,5	26,0	1,1	174,4	1,0	0,064	0,2	0,1	0,1	1,4